Tai师答疑（笔记版）

问：清明中元是否要祭祖？如何利益亡亲？

Tai师答：
• 祭祖有必要
• 建议买墓，亡人有家，容易放下对人间亲人的执着。 没有墓易生怨念，较难解脱。
• 除非死时殊胜，马上升天。
• 49天内
-多做功德（eg 法事放生等）
-每天念《地藏经》不間断
-该烧的烧，花钱到位
• 49天后
- 直接问他，有要求來跟你说
-《地藏经》不够的话，1-3年内可以每天一遍，坚持三年每天念，三年《地藏经》基本都可以超度解决。
- 每个月放生1-2次回向
- 烧点纸，元宝，或对方要求的纸扎品，有用

问： 如何祭祀民间神明？

Tai师答：
• 正神
-在正神前方或上方摆佛像
-先拜佛再拜正神
-用水果，米果等祭祀

•邪神
-用酒肉祭祀
-可能帮忙 但没有多大好处

（群内师兄整理 仅供参考）

Tai师答疑 （笔记版）

问：可以发愿将每日修行功德，全部回向往生极乐世界吗？ 每日念佛1万遍左右。

Tai师答：
• 发愿极乐和功德回向，是两回事
• 应该功德回向给法界众生
• 然后发愿我要去极乐世界
• 1万遍较少，有时间就多念。

问：亲自放生和请人代放功德一样吗？

Tai师答：
• 两种放生都有功德
• 亲自做帮助提升慈悲心
• 代放分走一部分功德，但比不做好

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师答疑（笔记版）

问：打游戏会加重好斗习气得修罗报吗？请开示修罗的情况。

Tai师答：

- 打游戏

• 我也喜欢打遊戲
• 长期集中注意力太累不玩了
• 也是个过程毋須太多负面感
• 比做其他坏事好, 省钱不伤人

- 修罗道

• 等于天界的畜生，有其智慧
• 想要天人的生活，但打不过
• 是出马仙/巫婆神能请到的最高级别的神。
• 修罗想成为天人但无处行善积福。下来附体帮人看事算命积福，想投胎到天道或人间。
• 修罗附体能力比动物鬼道仙强很多，但被附者精气神会被吸光，命运受很大影响。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师答疑（笔记版）

问：师父灭了情绪后，笑声里有情绪吗？

Tai师答：
• 修行是让你自由自在
• 三禅以上，注意力可以一直关闭。
• 四禅以上，情绪也可以一直关闭。
• 但两者要用就用，要灭就灭。

问：师父现在的生活习惯？双盘2小时每日应磕头多少个？

Tai师答：
•早晨不吃，中午一顿，蔬果豆腐。
•早上10点礼佛，有时不去
• 一直打坐到中午。
• 我每天磕700个

问：参加共修有帮助吗？

Tai师答：
• 共修是大家自己组织的
• 觉得有帮助，能激励自己就参加
• 有压力就不参加

（群内师兄整理 仅供参考）

Tai师答疑（筆記版）

问：放生后可以同时回向众生，亲人，祖先，债主等，还是该专门回向某些人/一件事？

Tai师答：
▪ 《地藏经》
• 回向法界众生，舍一得万报
• 回向亲人/自己，得三倍功德

▪ 回向＞求愿
• 做善事后不要直接回向所求之事
• 先回向给众生，换取功德
• 功德回向后 ， 再求你的愿

问：不敢发大愿，或只是純喊口号怎么办？

Tai师答：
• 每天多念新偈语，如持诵咒语
• 能快速发起菩提心

先拜众生再拜佛
无量众生无量佛
众生拜我如真佛
我渡众生共成佛

问：师父对修"舌顶上颚"的看法

Tai师答：
• 打坐就要舌抵上颚
• 卷舌头堵嗓子眼是外道修法，不建议。

• 佛教修行以舍弃身体为目的，把身体练到不

制造感觉就可以了。
• 打坐到三小时后，男人百日筑基，女人月经消失。然后加到四小时，可以入定，就不要在身体上执着了。

(群内师兄整理，仅供参考)

Tai师答疑（笔记版）

问：打坐必然会脊椎调整吗？双盘3-4小时的师兄说腰椎不能挺直，否则很累，对吗？

Tai师答：
▪ 脊椎不正
• 磕大头会把弯的脊椎掰正
• 打坐2小时以上基本已掰正了

▪ 打坐3-4小时
• 脊椎稍微有点弯度才能持续坐
• 故意让身体笔直，绷紧入不了定

• 身体尽量放松，脊椎自然微曲

问：打坐时头顶百会穴震动，注意力越集中幅度越大。有次打坐参思情，腹部丹田也大幅震动，为何？

Tai师答：

▪ 打坐的注意力

• 不要放头顶
• 初禅前可放在腹部丹田
• 坐到3小时，入定与否都改修观法或参思情，不要在身体上用功。

▪ 身体震动

• 神经及毛细血管打开，肌肉震动，身体开始恢复。
• 正常好事，无需特别关注

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师答疑（笔记版）

问：有些老师教修行没有要求必需双盘，只要专注忏悔消业培福， 单盘散盘也可入定。我到底该选哪边？（同昨天）

▪ 什么法门都试一遍
• 这是贡高我慢心，觉得自己行，什么都试。
• 别人告诉你不行的修法，你都一定要试，浪费青春。

▪ 一门深入 vs 跳来跳去
• 群里50岁已绝经的老菩萨，一门深入三五年时间已经坐到两个小时，还可以往前修。
• 修行不是什么都试一下，不行就换一个。
• 你跳来跳去，把修行当吃自助餐。毕业100个小学还是小学生。

▪ 要选好修法 一门深入
• 疑情参不起，就参思情。
• 思情也参不起，就观上三根。

1 观阿弥陀佛或观音菩萨。
2 耳根圆通法门 （你大概做不到）
3 观身暖处（楞严经里有但没见人修过）
• 再往下就下三根，观呼吸。

Tai师答疑（笔记版）

问：有些老师教修行没有要求必需双盘，只要专注忏悔消业培福， 单盘散盘也可入定。我到底该选哪边？（同昨天）

▪ 选师父
• 不要比较不同的师父
• 你觉得他比你高，和你有缘，能指导你，就跟着他学。
• 大部分师父让你把以前学的丢掉重新学，师父说什么就做什么。
• 我是大众传法，不特别收徒，让人一定要听我话，但我就劝大家这么修。
• 愿意跟哪个师父都可以，但修行要一门深入。

▪ Tai师的教法

• 我教念佛法门四件套：出声念佛、默声念佛、观阿弥陀佛、思念阿弥陀佛，一步一步往上练。

•参不起来，观不起来，就要反复的练，练到行为止。一时不行就换方法，这样永远吃不饱。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：怎么求菩萨加持学业或事业？要做什么功德？

Tai师父答：

• 向佛菩萨求任何愿，先做功德再求

• 求愿要详细，一事一求

• eg 开智慧或解决某个困难

问：师父怎么看“修行其实就是修能量”

Tai师父答：
• 佛门修行是身体能量全部放弃，离开轮回，不是修能量。
• 前期可以说修能量，初禅（3-4小时）开始，身体等全部放弃

问：听师父开示，好像也有开心、疑惑、嫌弃的情绪？。佛使用情绪是什么意思？

Tai师父答：
• 功夫到了情绪是自由控制的， 按需要升起或停止。不是说变成一直无情绪的人。
• 定中可以长时间没有情绪。

问：灭了8成文字妄想后会退转吗？

Tai师父答：
• 重新投胎后，文字妄想会回来，但每次的量都会减少。
• 多次投胎，有些人可以一下去就没有文字妄想，甚至注意力。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：这十年大多人只在双盘2～4个小時熬腿。我有健康状况，念佛思佛是我的救命稻草，但牢抓疑情思情要二禪才能做到吗？为什么不建议詳細观阿弥陀佛？

Tai师父答：
▪ 修意识vs身体
• 先做到意识层面，身体就会跟上。能到思佛不断，可以轻松突破身体障碍
• 一开始身体感觉太强烈，所以先练身体，中

間不需要想太多身体熬腿的问题。

- 观想阿弥陀佛
- 专注观法就要想得越来越细
- 到了境界就放弃，转成思佛

问：打坐比较静时出现心漏跳一下的情况，正常吗？

Tai师父答：
打坐心跳可能变快变慢或有停顿感觉，这都正常。

问：师父教过守精气的方法，要观佛的白光从所有窍穴进来，可以只观三五个主要窍穴吗？

Tai师父：

- 吸星大法
- 想守住下边不泄气，得放弃淫欲和性快感

• 观想
从鼻子吸气，呼气时把吸来的能量或光沉到丹田里。同时下边的窍穴也要吸，从生殖器吸到丹田中，至少做到上下这两个才算吸星大法。

（群内师兄整理，仅供参考）

问：师父说女人打坐入初禅困难，那女人想解脱只有修净土念佛吗？如果想修禅解脱有什么特别要求？

Tai师父答：
• 一个禅定境界十年，九个禅定境界九十年
• 除非两三年到欲界定，五六年进阶升级，或者今生能到阿罗汉，但不太可能。
• 现代人最好的选择走净土

Tai师答：
▪ 腹式呼吸
• 吸气时用力鼓起肚子

• 然后撤劲，不用用力肚子自己收，同时呼气

Tai师父答疑（笔记版）

问：有说双盘需要先开胯否则伤膝盖，打开的标准是两个脚心都朝上。我上面脚心不能完全向上，双盘2小时会伤膝盖吗？

Tai师父答：
▪ 靠佛菩薩
• 所有正法修行都是在佛菩萨的加持下进行，你得先想象佛菩萨加持你进行，你不是一个人在努力。
• 修行期间多做点功德，然后觉得哪里不对的时候，相信佛菩萨会指点你。
• 不要随便去找不同的人问，不同人说法有时矛盾
• 如果你一个人努力，伤到骨头难恢复了

▪ 双盘痛点
• 慢慢找适合自己的感觉
• 气不通：感觉是屁股疼，大腿离膝盖上这一段疼，或脚脖子疼。打通了就会好。
• 盘错腿：膝盖不通气，盘对就不应该疼，膝盖痛是盘错了，开始伤膝盖。

问：我双盘卡在75分钟已久，最后10分钟很疼，怎样可以延长时间？

Tai师父答：
▪ 75分钟疼
• 内脏基本修得差不多，
• 骨头和筋疼

▪ 处理腿疼
• 盘腿本来就是疼的
• 空腹最好
• 减少妄想，想法多更疼
• 坚持

• 多做功德 （放生，念經）

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：有人双盘三小时后脚底涌泉穴开了，腿部脚趾很灵活，久坐不痛，后来肚脐、心、喉咙都通了，这样对吗？

Tai师父答：

▪ 双盘修复

• 2小时就该都通了
• 3小时是第二次激活，修复身体。
• 第一次修复是让痛觉消失
• 第二次修复身体感觉消失。
• 每人感受不一样，不要和人比
• 3～4小时不痛，身体明显修复就对了。

问：双盘（1小时内）坐时无痛，下坐内脚踝很痛，要10-20分钟缓解，是姿势不对吗？

Tai师父答：

▪ 脚踝痛

• 脚后跟要顶到腹股沟，太胖困难

• 如果脚后跟在大腿上，脚踝拉伸了，脚脖子扭到会痛

• 至少一侧顶到腹股沟，另一侧可以有点距离

问：先天性遗传甲减，是有冤家债主吗？

Tai师父答：

▪ 身体先天性缺陷

• 有些是冤亲债主，你伤害了别人

• 有些是你自己有不好的情绪

eg 有个修行人贡高我慢心强烈，结果就是肚子胀。

▪ 解决

• 解决冤亲债主能
• 改变心态
• 坚持全套修行

（群内师兄整理，仅供参考）

问：念《地藏经》可以边敲木鱼边用海潮音来读诵吗？

Tai师父答：
▪ 念《地藏经》
• 默念出声，怎么念也行，
• 给鬼道念，脑子最好不要有想法。
• 自己修行，一边打妄想一边念都可以。

问：鬼道众生听不到声音，为何《地藏经》要大声念？可以用扩音设备吗？

Tai师父答：

• 因为脑子妄想太多，只好出声大声念
• 嘴上念，有一部分意识是在念的，就算打妄想的，也算是功课做了。
• 虽然出声不能增加对鬼道的影响，我们空间的人，花花草草，蚊子虫子啊 ，也能听见的。

Tai师父答疑（笔记版）

问：师父开示我的子宫肌瘤，与前世情债众生有关，您建议的发愿、回向、做功德、念《地藏经》这些功课我一直有做。我做过两次开腹手术，肾脏萎缩。磕头2万个，放生2万条（两遍），400万地藏圣号、每天一部《地藏经》、一座占察忏。弟子久病疲惫，仍想求现世身体健康，一直看不到实质变化，还请开示！

Tai师父答：

- 癌症晚期个案

• 庙里有人癌症晚期，临时抱佛脚
• 天天放生，捐钱福利机构+念佛
• 结果病情稳住，多活好几年
• 觉得这些功德可以让他去好地方，后期心态变好。

▪ 面对重病 改变心态
• 如果重病肯定要死，直接放下對身体的执着，想都不想。
• 只求往生极乐世界
• 不打坐，拼命念阿弥陀佛
• 有钱就放生
• 往生善道的信心来自你的功德
• 做好事足够多，你自己都相信有好的结果

（群内师兄整理，仅供参考）

问：女众修行有“泄”的问题，女性修法与男性是否有不同？

Tai师父答：

▪ 女性修行
• 男女修法和理论都一样
• 灭月经的时间要比男性百日筑基长，精进的话三年左右。
• 已婚有性行为，参考吸星大法。

冤亲债主四步曲
1 忏悔
2 发愿
3 功德善业 回向
4 请佛菩萨帮忙

Tai师父答疑（笔记版）

问：孩子生病与家族杀老鼠（及小虫子）有关系吗？

Tai师父答：
• （故事）小时外婆农村家门口出现一只死老鼠，大舅不许人看，怕谁看老鼠把他当仇人。第二天用红布遮着自己的脸，避免对眼，又拿

红布盖住老鼠再拿去埋掉。听说村里以前有人经常杀老鼠，最后疯掉了。

▪ 处理家里小虫
• 家里动物小虫尽量不要杀
• 有虫先做功德回向，请它们离开
• 庙里厨房有白蚁，在门边撒点白糖，做个小的祭坛，然后说：这是布施给你们的，请你们离开这个厨房。”然后念经回向它们，就真的会离开。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：盘腿时脚踝尽量往腹股沟，上大腿根，没那么疼了，疼是不是因为盘得太散？

Tai师父答：
▪ 盘腿

• 脚尽量往腹股沟上放
• 脚出到大腿外就更不疼了
• 以膝盖不疼为标准
• 盘错膝盖随时间慢慢疼起来。
• 修复骨头痛，是之前坐得好好的，一下疼得非常快

问：师父开示双盘90-120分钟时膝盖如果有伤会修复，修复膝盖是否会疼呢？和盤錯的膝蓋痛有分別嗎？

Tai师父答：
• 盘错了，是慢慢疼起来的
• 修复疼，是到了时间突然快速疼起来，一下子把你从清净的状态中拉出来。

▪ 学佛修行要靠佛菩薩
• 不要信自己，要靠佛菩萨
• 有大愿，至少是出离心或往生之愿，最好菩提心。

• 不吃肉，戒行，善行，精进修行

问：读经诵咒时膻中有拉紧的感觉，什么原因？

Tai师父答：
• 正常现象，长期说话不多的人，连续说话就会胸堵。
• 盘腿而读（双或单），气转得快就能减少这种感觉。
•大声读，丹田气读，嗓子也不会疼。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：在外地烧纸给先人收得到吗？有没有特别的程序，如何知道他们是否已经投胎？

Tai师父答：

▪ 亲人是否投胎
• 修地藏法门，问地藏菩萨
• 每天念《地藏经》，念三年基本上都能解决，先人去前会梦里打招呼感谢你。

▪ 外地烧纸
• 你心里想着先人再烧就可以了。

问：夜里观想一切外在是我心造作，与内在之我发生相对。专一之时两个我对立，靠近拉扯，趋向收缩，伴随小周天方向小幅度滚动，有种要炸的感觉，出于恐惧停止观想。我是否触及并错失了见性的机会？

Tai师父答：
▪ 观想
• 不要观想稀奇古怪的东西
• 观丹田/阿弥陀佛/地藏菩萨/观音菩萨
• 观想前提
～得有大愿，愿是基本保障

～可以是往生之愿（观弥陀）
～没有大愿观佛菩萨，天魔可能会变成你所观的对象说话。
～10年前因为没有讲愿 也不讲观法

问：文字妄想是否指遍计所执？能用文字思维描述的一切第六识计度？

Tai师父答：
▪ 文字妄想
• 就是脑子里不停用语言文字说话
• 也算第六识中的一种
• 有些世界无文字妄想 eg.只用香气交流
• 众生根器低的世界才多出这种妄想，需要更长时间消灭。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：思考、意识、意根、注意力、文字妄想、情绪与八识的对应关系？参思情可能脱离上三根用功吗？

Tai师父答疑（笔记版）

问：您说"我执是无内容的情绪" "此情绪没有内容，是一种自我意识的凝聚体"， 这是属于第七识还是意根？您说“思考是意根”，“文字妄想不是思考”，“思考是针对于六根的想象”，请您再梳理一下。 您说"眼根就是注意力"，注意力属于意根。这里的眼根是意根，还是阳神“眼根”？

Taiguanglin：

【意识】
- 意识最根本底层的叫阿赖耶识

  - 妄想
- 阿赖耶识里出妄想堕落为菩萨，这个妄想普

通人感受不到，不打算多讲。

▪ 分别心
• 妄想多了会出现分别心成为阿罗汉。有一定的修行之后，你可以观察到自己打文字妄想，做事，后边都有一个意识在观察自己。
• 用这种观察自己的方式来修行的——小乘的四念处修法。
• 分别心最后产生时间分别
• 对时间分别产生执着后，成为分段生死。

▪ 执着心
• 无色界定
~最高是非想非非想处妄想：没有内容的一种执着心
~其它三个不细讲

•四禅上段
~没有黑暗

•四禅下段

~有黑暗，多出对黑暗的执着
~普通人感受不到四禅或以上的执着
～喜情: 不是情绪，是一种没有情绪的状态，和有情绪时相比感受到清净，对比后面的苦情才说是喜情，其实不是

•三禅及以下
a 情绪
~普通人可以感受到情绪
~在胸口膻中穴升起
～先产生不好的情绪（苦情-不安）
～从不安开始，中间会出现满足幸福感，然后下面又全是不好的情绪。(参考《坐禅》）

b 欲望
～和情绪同时产生
～就是把不好情绪消灭掉的欲望

c 六根
～有欲望之后开始产生六根
～眼耳鼻舌身，逐个产生。

～六根就是【注意力】，每生一根，后面都有一个识，就是相应的意根。

d 意根
～就是【思考】 eg 眼根思考
～ 每个注意力后面都有可以拿这个注意力来进行思考的能力，这叫意根（识）。
～eg 眼根产生时，出现与眼根对应的眼识

e 十八界
～外面是六尘，中间是六根，里边是六识。

f 淫欲

g 文字妄想

(群內師兄整理，仅供参考)

我有这个亲身体验：我今年62岁，20年前颈后长了两块“白斑”（当时怀疑是“白癜风”）当

时痛苦的要去死（因为我是一个特别爱美的人），咨询了好多医生，一次无意中看到一篇文章“接受身体上的一切，与它交流，沟通”很受启发，从此我放弃治疗，安静的与“白斑”说：“你好，既然你来到了我的身上，就是与我有缘，我们就是朋友了[调皮]我这个人爱美，喜欢旅游，你别难为我，我也不难为你[拥抱]我会带着你去旅游，我美你也会美”奇迹出现了：两块白斑，小的那块消失了，大的那块没在发展，一直到现在，我真的好开心[耶]希望我的经历能帮到需要的人，谢谢林老师[合十]借助你的平台分享我的经历[合十]

曾仕强教授也这么说过，要与自己的身体沟通，要感谢他陪伴我们每一天，与林老师的观点不谋而合[合十][合十][合十]

Tai师父答疑（笔记版）

问: 我目前双盘30-60分钟。打坐时先念阿弥陀

佛静心，然后思佛，情绪有点强烈，胸口堵，鼻酸流泪，但没法长时间保持。请问我应该控制情绪不要那么强烈吗？初学可以直接参思情吗？

Tai师父答：
• 能用更高级的修法就先用，不行才用下边的。能参就用参，参不起来就观佛。

▪ 参思情
• 没往生愿，这修行没什么保证
• 起码有往生愿，最好有大菩提心
• 参思情一开始容易激动，但是练起来比观还更方便轻松
• 思情可以一直带着（比观方便）

▪ 观佛
•《观无量圣经》里说，观佛要做到睁眼看见阿弥陀佛像和外面世界重叠，这叫正观。
• 但是我们眼睛要一直外看，里面对应的意根（眼识）还得画画，这就有点冲突，很累。

问：怎样能发出大菩提心？弟子的理解就是大悲心，请师父开示！

Tai师父答：

▪ 菩提心

• 就是把和你有缘的所有众生，全部度成阿罗汉，就这么一个目标。

• 不是一两世的事情，有难度

• 带着菩提心修行，能得到佛菩萨非常大的加持。

（群內師兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：1、打通筋脉修复细胞是指更新（好细胞代替坏细胞）吗？器质性损伤可以长出新的来吗？例如牙齿

Tai师父答：

▪ 修复身体

• 2小时，一般小毛病可以治好
• 3～4小时，大毛病也可以治。
• 四肢不全肯定不行
• 牙齿长出，很久以前有记录，不是最近
• 医生和修行都不行，就先放生，做功德，然后求佛菩萨加持，只能这样。

问： 碰到不如意事如何知道是业力还是冤亲债主干扰？

Tai师父答：

▪ 冤亲债主

• 地藏占查，可以判断
• 自己感到有东西附体 比以前怕冷（鬼道）
• 修地藏法门
• 四步-忏悔，发愿度，做功德，求佛菩萨加持

问：观想放光照着周围的冤亲债主？

Tai师父答：

- 观想

• 观想阿弥陀佛/观音站在你面前。
• 或者把他观想得非常大，站在你后边，你坐在他的手上。还有观想的时候
• 不要观冤亲债主，容易着魔

问：一天内数次读经、咒，每次都要回向，还是睡觉前做一次总回向？

Tai师答：随意，可以睡觉总回向，也可以每次回向。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：请问一下练藏地五式（打开脉轮），八部

金刚功对初期修行帮助大吗？

Tai师父答：
• 任何动功你都可以试试
• 我是最简单五体投地磕头
• 有些人学道家练气，感应来得快，就修那个，先把身体搞起来后再来修佛也行

问：年轻人反感墓地，讨论身后不保留骨灰，烧纸墓地对他们起影响吗？

Tai师父答：
▪ 墓地
• 对中阴身，鬼道饿鬼，墓地是家
• 没有墓地就是游荡的鬼，相当痛苦， 会跑到亲人那里要东西的，对亲人不好。
• 墓地能买就买

▪ 超度
• 想超度他去投胎，他要放下对世界的执念。
• 有墓地的鬼，知道亲人关爱他，更容易放

下。
• 什么都不给他买，他放不下一直追着你。

问：《地藏经》前面那些真言的发音，不同版本经书的拼音不一样，哪个是正确的？ 你能念一遍吗？

Tai师父答：随便按自己习惯念，不要执着发音问题。我念一个发音，不同发音的人又分别怀疑了

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai師父答：
• 精进到一定程度必然出现业障
• 业障就用四步走：
～忏悔、发愿、善行、功德回向
～然后请佛菩萨帮忙。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：师父下来度咱们，还有一个本体在极乐世界吗？。真有边地疑城吗？

Tai师父答:
• 要好好理解诸佛同体，回到极乐世界就是我回到了自性的状态，但还有妄想。

▪ 边地疑城
• 极乐下三品：下品下生，下品中生，下品上生，有三个层次的边地疑城。
• 众生两种疑心：一种是怀疑极乐世界的存在，但尝试念佛，当是分散投资；一是对自己的往生极乐的福德智慧没有信心。
• 那里见不到佛，但有菩萨教

问：有时觉得此时此刻发生的事好像在哪见过怎么回事？

Tai师父说： 福报大的人投胎时有权先看一下自己的命运剧本，一些小业上他有一点选择权，编辑菩萨让他看一下，到人间会有闪现的记忆片段。大部分人没有。

（群内师兄整理，仅供参考）

问：近两年弟子学佛出现怀疑，懈怠、退转，沉迷安乐怎办？

Tai师父答：
• 因为没有大愿和目标
• 许大愿/定目标：成佛，普渡众生，出离
• 我讲法告诉你，你不去努力，轮回到最后肯定都是下地狱

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：有人说不双盘也可明心见性，是这样吗？

Tai师父答：

▪ 明心见性

• 看是什么人， 怎么解释

• 如果明心见性是成佛，不双盘成不了佛

• 如果明心见性是理悟，知道人有不生不灭的自性，知道自性中生出的妄想分别执着叫“心”，这个“心”可以灭掉，不需要双盘。

• 无明=妄想分别执着

明=没有/灭掉妄想分别执着

问：功德和福报区别在哪里？

Tai师父答：

▪ 福德

• 和佛法无关的，单纯的善事

• 福德不包含功德

▪ 功德

• 和佛法相关的善事

• 功德包含福德

• 有福德，无功德
＞有钱但不见佛法
• 有功德，福德少
＞贫穷但能遇佛法和善知识

问：问师父对晃海的看法。韋陀菩薩近代有下凡吗？

Tai师父答：
▪ 晃海
• 坐着晃来晃去为了打通经脉
• 道家开胯动作或瑜伽动作，是腿盘不上时的方便法。
• 双盘不行就先单盘——看《坐禅1》多试试，最终目的是能盘上。

▪ 韦陀菩萨，他目前没有投胎。

（群内师兄整理，仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：菩萨成佛需要度有缘众生成罗汉，弥勒菩萨成佛的时候我们都会成罗汉吗？

Tai师父答: 未必，佛只要把和自己有直接因缘、有过业的互动、见过面的人度完就可以，不连带往下传的 。

问：如果愿望相同，同名的佛可以多个。

Tai师父答:有无量佛，文字不够起名。四圣佛没有名字，后来起名是为了与四圣佛区别。

问：极乐世界保险一点，那里佛菩萨多。

Tai师父答 :一个世界每出一个佛，对所有众生

的加持力会加一点，一直叠到众生不起恶念，娑婆世界只释迦牟尼佛，弥勒，文殊、普贤等觉菩萨，还有登地菩萨，加持力远远不够，地狱沸腾。

Tai师父答疑（笔记版）

问：《六根思考》中说"打坐的时候把注意力，放到眼根思考上，在脑子里画画”是指动用眼识，还是动用意识？做梦的时候，前五根五识（注意力）都休息了（意识的情况不确定），但是我们却在梦中看到画面、听到声音甚至有味觉，那是意识在起作用吗？梦到过去世或者预知未来，是意识本有的“神通”在起作用吗？

Tai师父答：
• 普通人能感受的只有：情绪、注意力、文字妄想，
• 后面观察自己所有行为意识的，叫分别心。

需要一定修行才能感受到。
• 注意力创造出六根和六识。
• 六根思考
：六根就是观察外边世界的机器。
：六识一后边的六根思考，针对于外边信息进行反应。
：注意力可以控制对某根的妄想，是12台机器的驾驶员，同时控制几个也行。

▪ 做梦的原理
•白天一直用注意力操控12台机器
• 睡觉时注意力休息了，机器没全部熄火，按照原来的惯性作用。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：在梦中看到了画面、听到声音甚至吃东西的时候有味觉，那是意识在起作用吗？梦到过去世或者预知未来，是意识本有的“神通”在起

作用吗？（同昨天）

Tai师父答：

▪ 做梦的原理

•白天一直用注意力（驾驶员）操控12台机器。睡觉时注意力休息了，机器没全部熄火，按照惯性作用。

• 做梦反映的是六根思考的反应。

•六根残像

：你看太阳后再扭头，眼根产生残相，眼里还有太阳光芒

•梦境残像

：做梦的残像是在眼识（眼根思考）上产生的。

：某人40岁瞎了，梦里还能看，是眼根思考的残像起作用。

▪ 梦到亡人

• 可能他们来托梦

• 可能是眼根思考的残相，想多了。

▪ 梦里预知未来
• 有些人有小特权，出生前看了命运剧本，不是神通
•能自由控制的才是神通

问 ：皮革品送给别人算造恶业，是指送的人还是接收的人？

Tai师父答：换个立场，如果你的皮做成衣服，交给别人，那个人穿得很开心，你对扒你皮的人，还有穿你皮的人会有什么感想？

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：整个法界、娑婆世界的轮回，是谁设计的？为什么要这么设计？

Tai师父答：

▪ 非设计

• 轮回不是谁先设计的，是佛堕落成了凡夫，在自己创造的世界里承受痛苦。

• 很多佛堕落后，因为思情相互吸引到一个世界，杀来杀去，最后都到地狱。

▪ 设计

• 另一个佛创造一个世界，把上面的无限地狱世界罩住，投放弟子们传法，把他们一个个往上提。

• 地藏菩萨发愿对法界所有有地狱的世界分身普法。他每隔一段时间下法雨，沾到雨的众生暂时没有痛苦，他们抬头看到菩萨有一点欢喜和恋慕，就算结了佛缘，慢慢往上提。

问：为啥别的宗教都是分裂割据状态？如果有十亿个和我们一样的世界，每个世界教主都不同？不同宗教都在介入各个世界传法争信徒吗？

Tai师父答：其它所有宗教都是我们设计出来

的，那边只适合那个程度的宗教，不是平等互相争信徒的关系。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：请问《心经》跟禅修有什么关系？

Tai师父答：

- 《心经》

• 讲波罗蜜多的相貌， 在《道行般若经》里，叫空、无相、无愿，对应妄想，分别执着。
• 一切唯心造
• 没特别法门，咒语可念可不念
• 不知道和禅修有什么关系

问：诵楞严咒兼念佛，往生极乐的品位如何？楞严咒要多少数量才有希望？有持菩萨戒，八关斋戒，有做六度禅修。

Tai师父答：

- 极乐品位

• 和禅定功夫有关
• 和念佛/咒数量没有必然关系，这些是禅定功夫的助力。
• 看修行境界，非功课量
• 欲界定：下品下生
• 每升一个禅定境界往上一品位

问：左腿摔跤痊愈，莲花坐一直坐不太久，有办法打通气血瘀堵吗？

Tai师父答：

- 膝盖/别处受伤

• 常规治疗
• 打坐修复（很疼）
• 放生，做够功德求佛菩萨帮忙
（前面方法不行用后面方法）

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：慧律法师开示过“金光明沙”能度亡，也制作咒轮和金光明沙等法物利益有缘众生，请开示。

Tai师父答：
• 但凡让你花钱，在死物上执着都不是正法。
• 有用可购置的物品：佛经，佛珠，念佛的木鱼、摇铃。
• 心里觉得有好处，就算是有好处吧

问：外婆在疫情间火化，没买墓地，梦见外婆特别的矮，弟子可以做些什么帮她去极乐？

Tai师父答：
• 如果她开口要就买墓地，没有要的话，多放

生，念《地藏经》回向给她。
• 给去世的人念经做功德，去不到极乐，至少能让他投胎到人间。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：有人献血，现在生活困苦怎么办呢？

Tai师父答：
• 纯粹想做好事，献血，献器官都可以，像佛祖割肉喂鹰。
• 想禅定进步
：不要献血，血是能量需很久恢复
：可以放生，3-5年财运会变好
：念《地藏经》给冤亲债主
：发愿、持戒，打坐

问：亲人接触附佛外道有什么不好的果报吗？

无法说服，还可以为他做点什么吗？

Taiguanglin：
- 亲人信外道/不信佛
- 无法说服，做功德回向给他
- 求佛菩萨让他开佛智慧，少做壞事

（群內师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑(笔记版)

问：
1 众生是否都能成佛？从真如世界来看，时间是虚妄的，众生已然是佛。
2 唯识宗认为无种姓不能成佛。如果有人成不了佛，地藏菩萨也度不尽
3、有缘的定义是什么？未还完业的吗？有过因缘但已经了业的是随意度吗？对您的法先信后生疑退出的人算不？

Tai师父答：

▪ 众生是否都能成佛”？

• 成佛的才可以叫众生

• ”众生已然成佛“是文字游戏，痛苦凡夫怎么能说已经成佛

▪ 大乘修行者度人

• 先发大菩提心：我要普渡众生。

• 再精进修行，先修自己，

• 修到和佛菩萨产生感应为止。

• 感应不了就别出来。

• 佛菩萨告诉你可以度人才度，

• 佛菩萨会找可度的，和你有缘的人向你求法，你就认真教。

▪ 结缘

• 互动后给对方产生情绪变化，才算结了缘。

• 业消完了缘还在，要一直带到阿罗汉为止。

• 中途生疑退出的，以后慢慢再度

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父2024答疑篇

问：怎么算善业和恶业呢？让其他尽量多的众生升起欢喜心，就算善业；有人喜欢和你打架，陪他打架；如果有人求你杀了他，那就杀了他。也算吗？

Tai师父答：

- 善恶
- 依据情绪变化来判断
- 换位思考，事情发生在我身上能不能接受
- 己所不欲，勿施于人
- 你喜不喜欢被人打？被人杀？

上面问题是抬杠

问：怎么算法供养？想法供养您怎么做？

Tai师父答：

- 法供养
- 你真正跟一个人学到了正法，成阿罗汉解脱

生死之后，你再度别人，叫法供养你的师父。

问：是否不应攻击邪师，背后说他坏话，传他八卦呢？您曾说过不要攻击任何人，包括恐怖分子。

Tai师父答：不要攻击邪师，恶人自有恶人磨。

问：女众是不是修到初禅绝经不漏，过了这道坎后，二禅往上的修行，男女就都一样了？

Tai师父答：

- 女性修禅
- 身体障碍的突破都一样
- 女性的业比男性多，修到二禅中间出现的业障可能比男性大。
- 每个人不一样

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：死有两种情况：“时死”，时间到了死；“非时死”，时间还没到死了。天灾死亡是剧本写好的吗？横死，自杀等非时死是剧本安排的吗？编剧菩萨对非时死没有预知吗？非时死后的境况有什么不一样？

Tai师父答：

▪ 人的命运

• 沒佛菩萨保护命运，可能遇到各种意外死。
• 天灾中不全部是安排，也有随机死的。
• 自杀也有两种，命运里写的/自己提前死。
• 提前自杀

：在死亡地点一直徘徊，

：鬼差是按照剧本时间来接他的，这个不能怪编剧菩萨。

问：不修禅，没到欲界定。只是念佛行善，可以往生下品下生吗？

Tai师父答：

▪ 不修禅

• 念佛；戒肉；行善

• 可以下品下生

▪ 修禅

• 欲界定更有保障

• 没有文字妄想了，淫欲压得住，中阴身状态越清净，越能容易看见阿弥陀佛，避开冤亲债主。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：①在轮回里，②彼此参与，③产生业或者

调动情绪，这才会成为彼此的众生么？才能传递加持力？

Tai
- 成为别人记忆中的众生
- 必须在轮回里互动，对对方情绪有影响
- 三禅天以下为业，有记忆。
- 四禅开始，意识重叠，交流可说有或没有，不能称之为业。

问：我们打妄想会成为记忆吗？动不好的念头会造意业吗？

Tai师父答：
- 打妄想
- 可以成为记忆
- 念头改变妄想消失，所以不是完整的业
- 不改变念头，最后可能变成现实

问：思念弥陀能去极乐，是因为弥陀也思念我们，希望我们去吧？

Tai师父答疑（笔记版）

问：想问一下（欲界定）入静是什么感觉？

Tai师父答：

- 欲界定
- 双盘两个小时，身体不痛
  （散盘时间长气不通出问题）
- 脑里没妄想，文字妄想基本停止
- 淫欲也不起
- 很清静的、发呆的感觉
- 身体有热流转动
- 感觉每个人都不一样。

（群内师兄整理仅供参考）

问：父母执着吃肉，想办法给小孩子吃肉。

我放弃跟母亲讲佛法了，怕她诽谤。默默地为她做功德，放生诵经回向给她，还有改变的希望么？

Tai师父答：
• 传法原则，非请勿传，长辈不听就算了
• 放生、念地藏经回向，请佛给他们开智慧
• 恒顺众生，不要把父母的善缘变成恶缘

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：开示里说女众修行难，要斩赤龙，女众到极乐世界的几率比男众低？寺庙里义工或受戒的大多数是女众，说明什么？修不到初禅，到欲界定能不能去极乐？

Tai师父答：
▪ 去极乐（下品下生）
• 单纯念佛也可以
• 发愿去

• 善业足够，多行善放生
• 不杀生， 戒肉

▪ 寺院女众多，说明女众有福报

问：精进修行时除了水果蔬菜豆腐以外，吃坚果类可以吗？有没有吃了身体反应好的食物？

Tai师父答：
• 没怎么吃坚果，谈不上好不好
• 量少都可以 ，量多出问题
• 水果蔬菜豆腐就行
• 要主食的话，面可以吃一点，米少吃

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：阿姨她们去东林寺受菩萨戒，回来后相继

吃肉，说可以舍戒。受戒还可以舍戒吗？舍戒有果报吗？佛弟子要受菩萨戒吗？

Taiguanglin：

▪ 受戒
• 以前是在戒坛修到戒成就，就是一直修到戒了肉为止，才叫受戒。
• 现在受戒基本上是走仪式。
• 真心受戒，佛菩萨感应到，会派龙天善神护持你的戒和修行，得到业以外的保护
• 舍了戒，善神离开，你的业不受保护。

问：后颈部有点胀痛，如何区分是在打通障碍还是呼吸问题？ 2、每次禅修提升的节点如何界定，什么状态可以提升打坐时间？

Tai师父答：
▪ 颈部胀痛
• 感觉气不通，就把注意力放到丹田 。
• 不要抬头太高，或低头太低，在舒服位置

▪ 打坐节点（可能需十年）
• 50分钟到一小时，有个痛坎儿
• 90分钟后，开始修复骨头，又疼一次
（髋关节，骨关节，有软骨的地方疼）
• 3小时有一次坎
（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇

问：了缘是什么意思，是我们互相伤害，然后我不再怨恨放下了？ 还是人成佛才算了缘呢？ 有人只看到师父的内容，没接触过，师父的世界也没有他？

Tai师父答：
▪ 了缘
• 短期内至少一两世不用再见
• 如果以度人为主，互相仇恨的业可以消掉，但缘是了不掉的，有缘才会在记忆中留下众生

的印记。

▪ 结缘
• 没有直接见面，就算只听声音起了情绪，也不能算完整的缘。
• 网络世界有一点缘，不那么强
• 见面是解不开的缘

问：双盘情况下上身前后大拜，腿痛减轻些，比坐着不动的时间更长，为了时长，这样做可以吗？

Tai师父答：
▪ 增加双盘时间
• 双盘不要动 ，疼可以起来走动再重新盘上
• 意识妄想太多，身体就僵硬。平时念咒减少文字妄想，注意力少了， 身体柔软，盘更长时间。
• 也有业障的问题
• 吃多了也盘不长

• 开始不要逼自己到两小时，可能伤身

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇(笔记版)

问：一切自性都是一体的，不分你我，为什么会还存在有无缘以及“中间人”的问题呢？

Tai师父答：
  ▪ 诸佛同体
• 意识重叠，但都是独立个体
• 像太阳光和电筒光的重叠
• 每个人可以自由的起妄想
• 不会变成同一个，所以要层层传递加持力

问：释尊创造这个世界 ，过去七佛中，释尊前面的六佛不是这个世界的吗？

Tai师父答：

▪ 过去七佛

• 释迦牟尼佛创造这个世界

• 六佛是释迦成佛前见过的佛，不属于娑婆，不能加持

• 修行者成佛前要见很多佛：有些是真实互动；有些是去他的世界学习，有些佛入灭了只是意识互动

▪ 不同的世界

• 前面几个世界叫庄严劫，众生烦恼少境界高

• 后面几个世界叫贤劫，出贤者多

• 我们叫五浊恶世，众生浑浊恶劣，纯粹新造出来的世界。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：我一直觉得凡夫受业力牵引，业果成熟成为命运，没有谁主宰掌控。脱离三界的菩萨看到凡夫轮回很可怜来度化大众。但是师父说有编剧菩萨给我们编辑命运，虽然业力是自己造作，但类似有神论主宰的感觉，菩萨也参与做局吗？

Tai师父答：
• 你最好相信佛菩萨是善良的

▪ 管理文明
• 如果不干预管理，人类的杀气差到形成不了文明和国家，最多是几个打来打去的部落。
• 有人管理维持，才能几十年的和平，然后打一仗，再和平几十年

▪ 编辑个人命运
• 佛菩萨希望你好，不是做局整你
• 编剧逻辑

：善恶穿插起来
：不能一次全好（善业）或全坏（恶业）
：带来死亡的恶报，只有一次
：死亡恶报放第一位，娘胎里就死
：身体能承受的病痛，也就两三个

（群内师兄整理仅供参考）

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：1 小时候偷过别人东西，对此悔恨，如何化解恶业？2、婚姻家庭妨碍修行，家属不信佛，孩子捣蛋恶业纠缠，为自己清净离婚，孩子不要是否可行？

Tai师父答

▪ 曾经偷盗

• 想彻底解业的话，对方活着直接认错

• 东西还给他，或用钱换算给他

• 如做不到/他死了，多放生布施，善业回向。

善恶业不能互相抵消，但死亡时善业会显现。

▪ 离婚

•最好不离婚。抛弃孩子家庭，他们对你产生的恶念非常大，下辈子也把你拖下来，且善缘变恶缘。

问：师父说要先修到和佛菩萨产生感应为止，才能出来度人，怎样才算和佛菩萨有感应？

Tai师父答：

• 感应到就知道了。

• 要先发愿，戒行、善行和修行都有。

问：没感应的同修之间相互讨论，或是劝身边有善根的人信佛，已信的劝念经修行可以吗？

Tai师父答：
• 一开始是把和你有缘的众生引过来让你教，某人问你佛法，你好好教就可以了。
• 劝身边的人行善念佛，听得进去就好，听不进不追着人说。
• 传法重要原则：先求后传

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答：（接昨日）

▪ 时空轮操作
• 等觉菩萨带弟子们下地狱
：初禅以上弟子
：在地狱结界修行
：人间一天，地狱十年或往上
：等觉菩萨三倍加持效果

（结界打坐1小时=外面3小时）
：人间3天=结界30年x 3倍加持
：一下拉满九十年修为，出来只剩消业

问：堕胎的孩子可以在寺院立牌位超度吗？还是自己念《地藏经》超度诚心？

Tai师父答：
- 堕胎孩子
- 除了自己念， 最好寺院立牌位。
- 和尚们每天礼佛召唤名字，孩子听经时间长了会走。
- 你得发愿度他，把足够功德回向给他，然后求地藏菩萨让他投胎。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：今生如何修行，才能预知时至往生极乐？

Tai师父答：前面讲的都听一听

问：我之前受了菩萨戒，自己觉得不圆满，可以重新受戒吗？

Tai师父答：在家人不要太执着形式，你心里发愿就可以守戒，不发愿也可以守。从一个戒开始慢慢推，没必要一下子全部守。

问：除了放生还有哪些善事有利往生？

Tai师父答：财布施，法布施，助印佛经，有人想了解传播一下。

问：临终时天魔会不会化现成佛菩萨的形象？

Tai师父答：

- 避免天魔临终干扰
- 一辈子都在为自己修行，天魔可能变成这种形象。

• 天魔是个情绪，超不过六欲天，修为到了完全可以抵御。
• 发愿，为众生修行
• 拼命念佛往生，求阿弥陀佛庇护。
• 多行善事

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇 （笔记版）

问：关于结缘，如果对方情绪没有受影响，是否就无所谓？比如老师教学生，学生起了情绪；老师没有起情绪，学生不用度老师？

Tai师父答：
▪ 业的前提
• 情绪是重要的，情绪的前提是报身。
• 以报身入轮回，相互影响就生业。

• 没有带报身来的，不会产生业。
• 观音菩萨给你感应，你生欢喜的情绪了，但没有产生业。

问：我们和师父没见面不算有缘？可是您让我们起了情绪？单方情绪波动，双方都得互度吗？

Tai师父答：
• 我知道你们想和我结缘。我发愿但凡看过我书的人都会度，不管善缘恶缘，看完诽谤了也可以。
• 我的原则是，先度和我关系好的人，坑我的排最后，我的职业属性就这么规定。
• 带团队要人信服，必须有原则。
• 以德报怨，何以报德？所以要以直报怨
• 释迦牟尼可以先度仇人，也可以先去他那里排队。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇 （笔记版）

问：不见面就不算缘的话，那我们和太师父您不算有缘？可是您让我们情绪波动了呀？单方有情绪波动，双方都得互度？

Tai师父答：(接昨日）

- 单方或双方，只要有情绪波动都算
- 看日本女老师A片

• 没有互动，欢喜心也会叠加到自性去影响她，这也是业。
• 一根筋的学佛人认为女老师传播淫秽物肯定造了大恶业。
• 如果这个世界的人清净少欲，这个片子传播让人升起淫欲，或给未成年人看，那是大恶业。
• 如果社会上的人欲望强烈，这种片令强奸案减少，又变成了一种功德。
• 佛菩萨也示现过妓女，所以看事情，要看更长时间，更广的环境当中，它到底产生了什么样的影响。

问：所有阿赖耶识的总量？不要说是恒河沙数，妄想是有数的。

Tai师父答：阿赖耶识的总量是无量的，自性有多少个？我也不知道，反正很多。

问：冤亲债主（地狱和鬼道）怎么知道你开始修行了？你修行了阎王就放一些出来？

Tai师父答：
• 你修行了就有可能会放出冤亲债主
• 地府阎王看人开始修行了，就有计划一点点放上去讨债。
• 每消一个业，修行就会上升一个阶段
• 可能人间的会先来

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：双盘时可以默诵楞严咒吗？每天坐两次30分钟，和一次打坐1小时效果一样吗？

Tai师父答：
• 一次比分次好，每次尽量长时间
• 50分钟以后，后面10分钟修复身体作用比前面50分钟更强
• 可以默念楞严咒

问：妄想为啥是可数的？为啥有人生来妄想少，有人妄想多？使劲打妄想可否像念咒一样，令妄想会越来越少？

Tai师父：
▪ 妄想
• 妄想可数，初妄无因是初始设定。
• 如果妄想不可数，那只有有妄想和无妄想两种情况，世界就没有渐悟，也没有修行，只能是佛和人之间直接来回切换。

• 前世修多了妄想就少
• 盯着一个念头使劲想也可减少妄想
• 佛就扫地僧一直念扫地，最后也悟了

问：六亲缘浅的人是最后一世六道轮回吗？

Tai师父答：
• 出家人六亲缘浅，但最后一世有点扯。
• 成阿罗汉前最后一世，这年大部分人做不到

（群内师兄整理仅供参考）

问：去洗浴按摩被技师摸了，没忍住算邪淫吗？

Tai师父答：
• 修行人最好不和别人有身体接触
• 出家人这是戒律
• 同性也尽量不接触，异性更不行

• 大家都是合十，不会握手。
• 佛说人身根贪细软，喜欢细软皮肤，不要碰别人的皮肤。

（群内师兄整理仅供参考）

问：我二十多岁时看耳根圆通法门，打坐耳朵听不到外界声音，听到自己心脏声。有一次打坐突然听到一声雷劈下来，睁眼外面太阳高挂，问室友根本没有打雷，是咋回事啊？

Tai师父答：打坐听到巨大声响是正常事，身体放松，毛细血管扩张刺激到原来有些堵的耳朵或眼睛的神经，眼会出现光，耳朵突然出现声音，正常现象，你不用管。

Tai师父答疑篇（笔记版）

答：我一直坚持给猫喂食，但是它们不停的繁

衍，给它们绝育会干扰它们的因果，或者我的因果吗？

Tai师父答：

▪ 养猫

• 做事先想，事情发生在我身上能不能接受？有人给你绝育你能接受吗？不能就不要做。

• 貓你送人就可以了

• 修行人尽量不养动物，不和境界低的动物、众生结新缘。

• 先把自己度出去，再慢慢和众生结缘。自己没出去，这都是障碍。

问：请问遇见您也是佛菩萨指引吗？梦见观音菩萨算结缘了吗？亲眼看到不太可能。

Tai师父答：

▪ 和菩萨结缘

• 梦里见菩萨算结缘

• 但是往报身和业的方向看，也不算缘。

• 没有以报身见面互动，网上互动都不算缘。
• 观世菩萨有大愿，闻声救苦，你念他多少都会帮助你。你有普度众生的大愿，帮助更多。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父义理：大国设计（笔记版）

【美国：同时获三个天赋】
• 一开始给了三个天赋，开国元勋也很有能力，快速培養反派Boss
• 是专门设计出来压制中国，延长剧本。
• 有了外敌，中国内部团结，保持专制政体。

▪ 开拓天赋
• 美国历史就是疯狂杀戮开拓

▪ 种族平等
• 非所有人 ，只对欧洲人之间平等。
• 欧洲各國本来有歧视， 清教徒到了美洲，互

相平等，团结起来扩展，杀戮印第安人，抢墨西哥地盘，迫害中国劳工。

▪ 教育天赋

• 清教徒和天主教不一样

• 天主教管的教区，《圣经》解释权归教皇和大主教等。别人只能听从，他们卖赎罪券你就买。

• 清教徒宗教改革，主张人人都有对《圣经》的解释权，人人都可以自己读《圣经》

• 自己要解读《圣经》的话，必须得读书。来到美洲之后，清教徒普及教育，各个小村庄都有小学老师。

• 奠定了美国强大的重要基础。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：听说观呼吸能入初禅，我想钻研这个方法。

Taiguanglin：

▪ 修观呼吸：原理
• 不能高度专注于一个点，不管是鼻子还是咽喉，会收紧那个地方，坚持不了。
• 人的注意力乱跳，就把注意力分散开来，从鼻子到肺这一大片地方，同时感受，不是关注一点，只要放松 ，慢慢感受呼吸就行。

▪ 《楞严经》观呼吸法
• 就是吐息白（“烟相渐销，鼻息成白。心开漏尽”)
• 用注意力观鼻子吐气的地方，要专注的，一直观察到有白气出来。
•《楞严经》是高端修法，对现在根基的人没太大帮助。

问：我们能接受36万亿阿弥陀佛加持吗？我做功课感觉到头顶有清凉注入，是观音菩萨灌顶

加持？

Tai师父答：

▪ 阿弥陀佛的加持

• 娑婆众生大部分都不是36万亿阿弥陀佛心中的众生，不能直接受加持。

• 但他们有大愿，谁念阿弥陀佛都会帮助

• 前提你有大菩提心、出离心，起码的发愿

• 你一直不间地念阿弥陀佛，心里想着36万亿的阿弥陀佛，然后念，就能接受到。

▪ 观音菩萨灌顶

• 也可以这么说

• 感觉堵的地方一灌下去直接打通了那更好。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：起思情时胸口烦闷闹心是什么原因？

Tai师父答：
• 开始都这样，不好的情绪在一点点发作，要么激动流泪，要么悲伤烦躁。
• 不只打坐时修，平时想起来就做
• 功夫到了大部分时间都修思情，也可以和别人正常交流。

• 不是一天两天的事，平时多练。虚云56岁才思情破灭入四禅。

问：看到某个师父的书或照片、视频莫名其妙流泪怎么回事？

Tai师父答：
• 看到佛像佛经流泪，前世和佛有缘，是修行人，说明你走在别人前面。

问：念圣号时间长容易昏睡怎么办？做其它事

情的时候能不能念圣号呢？但做事不可能专注念，那不是有口无心吗？

Tai师父答：

念佛号
• 一直念就可以，不用管口无心之类
• 任何时候都可以念，上厕所也行
• 让佛号在心中念念不断最好了，功夫到了
• 功夫越高，思情、妄想越来越细腻，不会干扰你做事。

问：有次看佛像突然蹦出一个不尊重的念头，压都压不住，不会下地狱吧？

Tai师父答：对佛菩萨生邪念，有意淫都很正常，不用管那么多，就是妄想多。

（群內師兄整理僅供參考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：我先是膝盖痛，后来全身痛，核磁共振显示脊椎有一节黑影，医生让做穿刺切片确诊，中医拦住没做。几个月来难以入睡，疼痛难受，非常渴望健康。

Tai师父答：

▪ 患病

• 向佛菩萨靠拢，分四步走
• 1发愿 2戒行 3善行 4修行
• 发不了愿，也得多多放生，然后求佛菩萨
• 一开始可以先到医院，中医西医都试
• 最后不行就求佛菩萨，他才是真的看病

▪ 佛菩薩的指引

• 和我能见面的人若病了问我，我也会问问观世音菩萨，菩萨至少告诉你该不该去医院
• 不该去医院就硬扛，业障扛完就完了。
• 该去医院，佛菩萨甚至把病名，科室都告诉

你。
•先做功德再求菩萨

问：精力弱怎么办？

Tai师父答：容易疲劳、瞌睡，多运动就可以了，每天坚持磕头，磕一两个月精力就上来。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：不杀生吃素念佛能往生极乐，那么极乐可能挤满了虚情假意的素食主义者！希特勒素食主义但是杀人如麻，听说也去天堂了？活着的时候心就想去极乐，和现实生活形成了二元对立的关系，和活在当下直面人生的理念有冲突

吗？

Tai师父答：

▪ 活在当下 vs 心往极乐

• 你遇到问题，当下就作出决定

• 你的心已经去了极乐世界，但生活继续，现实里不会成了木头

• 有人来找你就交流，该做的事就做。该持戒就持戒，该修行就修行

▪ 戒杀戒肉

• 戒杀戒肉不是善业，也不是功德，只是不造恶业。有人以为不吃肉是大功德，向佛菩萨求愿

• 放生才是善业，得先放生才求愿

• 念佛也是善业，真正心里念

▪ 希特勒

• 杀人多那就该下地狱了，谁说他去天堂了

• 我也不知道他去哪里，也不想看

• 这种大规模杀戮的人，是命运剧本里写好的

问：往生极乐后学多久才可以来娑婆度人？换算成娑婆世界的时间。

Tai师父答：

▪ 极乐修行时间

• 两边时间差距太大

• 修到阿罗汉再出来可能要好几劫

• 可能现在的阿弥陀佛入灭了，但是会有新的阿弥陀佛

• 这边可能弥勒佛后又出现新佛你才能出来

• 佛给人授记会说你要遇见多少佛，都不是用正常数量算的。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：为什么说再过100年你们就结束，接下来归文殊菩萨管。佛经说《楞严经》灭后，阿弥

陀经还会再住世100年。好怕这辈子去不了，再投胎就没机会了。

Tai师父答：

▪ 目前100年

• 这100年是有禅定的时代，传正法。
• 正法还是靠禅定修行，然后解脱。
• 起码你有禅定的修行条件。

▪ 100多年后

• 人们开始往脑子、脊椎上装东西
• 开始是信息处理、通讯、储存运算
• 但是它触及神经，会出现不好的情绪或荷尔蒙。发展后不停刺激你的大脑，生产出感觉好的荷尔蒙然后上瘾。你拆了就难受。
• 成年的基本都得装上，否则无法融入社会活动和工作
• 不装就被社会隔离了，到郊区住帐篷

▪ 未来世界的修行

• 心脏里放东西都可以修禅，放脑子就废了

• 最后一代修行人只能去帐篷区里，收不了多少供养，最后无人修禅，修行结束。
• 禅修消失，但是密宗念佛念咒可以继续，就继续流传下来 ，一两百年密宗消失。念咒能不能往生，就看功夫。
• 再过一两百年小乘时间，最后留下几句阿弥陀佛。

（群内师兄整理仅供参考）

问：人的自性和蚊子的自性是等量的么？杀人和杀蚊子的业就不同量？

Tai师父答：
• 蚊子是受报的状态，所以打死蚊子和杀人的恶业程度不一样，人肯定是大的。
• 虫子有的是一个完整意识，有的是被打散的，也有一套逻辑
• 阳神由光子组成，只要有实体就可以分解，

分别投胎，变成很多虫子。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：《地藏经》言：至心自读，或请人读。其数三遍或七遍。如是恶道眷属经声毕是遍数。当得解脱。为什么现在我们读100部都不能超拔眷属？

Tai师父答：至心是以清净心，很专注地，不起妄想地读，效果是很大的。三四禅以上，甚至无色界定的人读一个小时效果要大好多倍。

问：我经常感觉自己左侧胁下闷胀不适，降魔坐可以两小时，莲花坐60分钟，缓解也不明显，该如何做会更好一些？

Tai师父答：

▪ 身体堵

• 你现在就坐莲花座，哪边堵就坐哪边，60分感觉堵就多坐。

• 堵也不一定自己化开，一段时间后，梦见菩萨给点一下，几天内慢慢就化开。佛菩萨加持有很大的帮助的

• 全靠自己也不是不行

问：修行目的为了成佛也是一种执着吗？

Tai师父答：

▪ 修行的目的

•凡夫情绪层面上产生的欲望是执着，成佛度人都是。但总得这么开始，菩提心也是凡夫欲望升起的，起码也得有菩提心

• 修行不能说以成佛为目的，而是以普度众生为目的。单纯地成佛为目的成不了。

• 普度众生：把和自己有缘的众生全部度成阿

罗汉，这是真正发菩提心

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：10年前师父说过16个字，其中“依法依己”里面“依己”是什么意思？

Tai师父答：

▪ 依法依己

• 就是依靠学法，然后依法照做

• 依己就是你动起来，你得做，你不要去想着别人能帮到你什么。

• 靠佛菩萨可以，前提是你得精进，有大愿，戒行、善行、修行。

• 很多人修行想占便宜，以为别人灌顶你就一下子提高了，这种好事后面都是诈骗，还是靠自己。

问：为啥不建议吃米饭？

Tai师父答：

▪ 米饭的问题

• 米饭抗饿，消化慢，体积大占肚子，对呼吸有影响。

• 它有谷胶，令血液粘稠拉高血压，心脏跳得更厉害一些，就没有办法清静。想要清静，能不吃就不吃。进入深定，不要吃这种主食。

问：艾灸好不好？因为家里有小孩，有时候给他们艾灸。

Tai师父答：

▪ 艾灸

• 对身体血液不流畅、筋膜有瘀阻的有帮助。

• 走修行之路，这些外在事情能不做就不做，就靠打坐来放松身体，打开筋膜。

• 小孩就不要做，健康的反而弄出问题。

（群内师兄整理仅供参考

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：法藏比丘是现任阿弥陀佛的前世还是第一任阿弥陀佛的前世？观世音菩萨会接替阿弥陀佛位置成佛，但是观音菩萨都没有发四十八愿，怎么接引众生呢？

Tai师父答：

▪ 法藏比丘的故事
• 有原型的，但故事是编的
•《阿含经》里，佛都是以觉悟者身份出现，不提佛是创造、控制世界的人。
• 到了大乘，法藏比丘的故事明显告诉你世界是由佛创造控制的。
• 他不能告诉的部分都拆走，也不提搭档，也

不提四圣佛的事，都不能提。
• 当故事看就可以，不能拿故事当做义理，不能了解真相。
• 教是说法第一和专门研究怎么写佛经的职业，他们拿出来的佛经让你起信就可以。

▪ 观音菩萨成佛
• 但凡在极乐世界成佛，必须继承阿弥陀佛的四十八大愿
• 四十八大愿从初代佛往下传递到现在
• 不想继承就去别的世界，自己创造一个新的世界成佛就可以。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：师父看过《观世音菩萨感应灵课》吗？印祖推荐遇事不决问观音菩萨的，是按书问，还

是求菩萨感应指点？

Taiguanglin：

- 求观音菩萨感应

• 心里想就可以，按书本也可以
• 他俩是搭档，他写书来就是给人信心
• 先相信佛菩萨意识遍虚空
• 先发愿，然后戒行、善行、修行

问： 如何保证往生，入欲界定？还是念佛成片，信愿行俱足？

Tai师父答：

- 往生

• 信愿行就足够，不需要修禅定。
• 禅定能让你的心静下来，死时看到佛菩萨接引，肯定提高概率。

问：如果俱足就可以往生，有必要学习打坐参禅吗？

Tai师父：

▪ 不修禅

• 那就修大量的善业。

• 用众生感恩情绪抵消冤亲债主堵的路，你同时产生欢喜心、慈悲心。能看到阿弥陀佛来接

• 那就一直念佛，加多造善业

▪ 预知时至

• 可以往生佛菩萨会提前告诉你，让你把该做的事先做完

• 可以上天的人都会知道

• 提前料理好，避免死时产生执着

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑（笔记版）

问：人生总量定律-比如这辈子要受到自卑、恐惧、担忧、焦虑等多种情绪之苦，每个细分苦情也有总量吗？还是都属于总的苦情？

Tai师父答：

- 人生总量

• 不包括情绪量
• “情绪”和“业”相连时，业的量决定情绪
• 有人伤害你，你产生恐惧，以“业”来算
• 恐惧程度靠修行决定，修为越高，恐惧越少
• 从修行的角度来看，情绪总量是有的， 并一点点灭，可量化

Tai师父答：

- 安般法

• 是让你用“分别心”来观察，就是觉照。
• 我们都会变成把“注意力”放到呼吸上
• 因为我们的根器就在这里，和古人不一样

• 把注意力放到这里肯定会出问题
• 前面讲观呼吸问题——出息长、入息短那种说法, 因为我们用“注意力”来用功

问：释迦牟尼以正法眼藏付与大迦叶，什么是正法眼藏？

Tai师父答：
▪ 正法眼藏
• 佛给迦叶传的是用菩萨的“妄想”来观下边的“分别心”和“执着心”
• “观”比喻成用“眼”，实际上是用“心”或者“妄想”。

▪ 禅宗是什么？
• 是以心传心
• 两个阳神重叠，把上一个禅定状态让下边的人体验一下，如此传授。

问：辱骂诽谤品行不正的人和德行兼备的人，

果报是否不同？

Tai师父答：攻击好人果报大，还是攻击坏人果报大”？看行为对对方产生的效果。好人心量大可能对你不反击，坏人不一样。“宁得罪君子、不得罪小人”

问：我为什么每次去外面打七都会感冒发烧，坚持半天就会好，也算消业障吧。

Tai师父答：

- 修禅
- 每天保持量，一点点增加，让身体有规律慢慢向前变化。
- 突然几天精进，回来又恢复原样，来回跳对身体不好。

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：去了极乐后，是不是必须是阿罗汉以上才能回娑婆消业

Tai师父答：肯定是阿罗汉以上，没到阿罗汉之前出来，可能又变成众生轮回，回不去。

问：春夏秋冬等大自然規律是佛设计的吗？

Tai师父答：既有众生的业和缘，也有设计的部分。动物的活动，农业的规律，都是和众生的业相关的。

问：安般法与观呼吸什么关系？经文中讲罗云尊者通过安般法进入禅定，从有觉有观到无觉无观是怎样过渡的？

Tai师父答：

- 小四念处
- 用“分别心”来观。
- 观身、观受、观心、观法
- 观身体时其他感受先舍弃，先主要观呼吸。

• 从分别心用功，可以进入二禅、三禅、四禅
• 我们现在注意力散乱，放到呼吸是进不了。
• 后边才出现更多修行方法

问：拜占察要达到一时境界，一时是啥境界？

Tai师父答：
▪ 专注修法
• 拜占察、其他法门，都要专注清净的，注意力集中到你想要的事情上，专注一点，不打其他妄想。
• 要专注观想，请地藏菩萨给你结果或答案。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：双盘打通各大关键穴位需要花的大概时间，比如通开跨，通开尾闾，打通督任脉，中脉等的时间。2024-02-25 11:05

Tai师父：

▪ 修行怎样定目标

• 你就定每天的量
• 每天打坐多长时间，至少有一次坐到极限。
• 磕头念佛，戒行、善行、修行都得跟上。
• 千万不要说哪个时间要修到什么程度。

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：师父讲过有极乐世界的团队在，就不会有天魔捣乱，所以国内不会有，国外会多一些，比如类似小灰人的事。在国外，师父有什么建议。

Tai师父答：

▪ 大悲咒结界

• 那就念大悲咒，熟到梦里都能念的程度
• 装一大碗水，找四个小杯。
• 每三天一次，早晨对着大碗念49遍大悲咒，

每念七遍，往碗里吹气一次
• 念满之后把这碗水分成四个杯。
• 观想观音菩萨——念咒和倒水时都观想，观音菩萨从杨柳瓶往里倒水
• 四个水杯放到你房间的四个角落里，形成结界。
• 这个房间里不要邪淫吃肉，保持清净。
• 这样外魔是进不来的。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：孩子语言发育迟缓，自己是诵经回向让他早开智慧？念佛机或灵性音乐可以晚上一直放给他听吗？ 。

Tai师父答：你可以给他念经回向，最好不要在他睡觉的时候放东西。孩子自己愿意学倒好，你用强迫的方式，他会厌恶起来回不了头。尤其是你在他眼里变得神神叨叨不正常，

他把罪都归咎到佛教上，开始不敬。等他长大有自我主见的时候再说。

问：入定七天是要达到四禅吗？是不是入定七天一直念佛，决定往生？初禅和念佛功夫成片哪个更容易往生？

Tai师父答：
• 连续七天念佛不断，就是四禅境界，一般人是达不到的。
• 你在寿命终结的前几天，拼命念佛的话，36万亿阿弥陀佛叠加的加持力会往你身上直接灌，他们知道你的死亡时间，可以让你做到连续几天念佛的效果，就可以去了。

• 一般人是达不到的，在佛菩萨的加持下，让你体验一下后面的境界，然后好几天你都进不去，记住这个感觉就行。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：设计制造武器的职业会有不好的业吗？

Tai师父答：学军人可以。四大职业的“人王”职业，是有打仗的，不用担心。

问：为什么要把有缘人都渡成阿罗汉才能成佛呀？

Taig师父答：
• 成佛肯定是要把所有的业全部消完的。
• 和你有缘的众生对你有不好的情绪，会产生引力点把你拉进轮回，你就成不了佛，至少会出现一个妄想来对抗牵引力，会成为菩萨。
• 好比我们身体有疼点，注意力会自然聚焦，身体就会收缩。

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：成佛之前度众生主要是消业，成佛之后度众生叫随缘。成为阿罗汉之后再来，知苦不苦。不知理解的对不对？

Tai师父答：

- 阿罗汉再来消业
- 痛苦程度明显降低，你不怕死，别人杀你也不会太痛苦。
- 但是业障显现，别人曾经感受的痛苦还是会反映到你身上，不是完全没有。
- 痛苦在你能承受的范围，命运剧本可以选择，如果消业太难可以向后推。

问：腹式呼吸，吸气是正常吸就行，还是使劲把肚子弄得很大，再多吸20%的空气？呼气是

使劲往里凹，还是正常呼气？

Tai师父答：

▪ 腹式呼吸
• 初学
：一开始用力鼓肚子，多20%。
：稍微用点力再把它收进来。
• 进阶
：用力鼓就不再用力收了。
• 打坐时
：是用力往里吸肚子，吐气
：一撤力肚子就自己打开了
：肚子肌肉已经打开变大了，一撤劲肚子气就进来。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：可以边修佛、边工作求上进吗？有重要岗位和职务，才更帮助更多人。很多时候觉得自己干不过没下限没信仰的人。

Tai师父答：

▪ 工作成就

• 根据来福报决定的，该来会来
• 别管身边小人，先积福
• 先有大愿，佛菩萨就愿意帮忙，你位置更高，干好事更多，积福速度更快。
• 然后多放生积福，每天坚持修行，用功德来换更好的工作环境和职务。

问：女性绝经之后不泄了更好修行吗？

Tai师父答：女性绝经后更难，进步更慢，不如年轻时修。

问：如果业障比较多，是否先念经、做功德，有佛菩萨感应再打坐呢？

Tai师父答：
先念一年《地藏经》。看业障的量的话可以看《占察善恶业报经》测你自己的业障到底有多重。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：多次梦见寺庙，一老一小两僧，我问不出问题。一次躺着深呼吸几次后，一下子很清静，气达脚底，次数多了会有害吗？

Tai师父答：
• 一开始修行都有各类加持的梦，没有给你信息不用管。

• 正常练腹式呼吸，躺着站着练也行，每天要练十分钟二十分钟

问：好多大德教导念佛要念自性佛，不是外在世界的佛，说那样往生的机会很低，这是怎么回事？

Tai师父答：如果是1500年前的大德可以说“自力胜于他力”。我们剩下时间已经不多了，还是“他力胜于自力”，先去极乐世界再说。请阿弥陀佛来拉我们，多想阿弥陀佛就可以了。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：有人不想往生到极乐还要回来度众生。他认为“乘愿再来”和“轮回苦”是一回事。她认为留在地藏菩萨身边就没有投胎苦事了，也请师

父再开示菩萨搭档的事。

Tai师父答：
▪ 地藏菩萨身边也有班底，也收人，修地藏法门去那里就可以了。
▪ 搭挡
• 成为搭档的两人：有善缘，业的总量差不多，同时有大菩提心，都快成为阿罗汉
• 在菩萨的指引认证下结为搭档。
• 两人不接受就得换人

问：有个姐妹说打坐时有个看着身体的灵，还有一个在观察的，观察的不干预她打坐，只是需要时候帮她，这是什么境界？

Tai师父答：
• 观察自己的是你的意识吗？
• 如果你自己能观察到前面妄想，情绪，甚至全身，那你是能启用分别心的人，挺不错的。
• 如果另一个灵体在观察你，但不干扰你，可能是前世有缘的天人。不修佛也谈不上是护法

神。

（完整音频请关注微信公众号：TaiGuangLin）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：用电子设备每天播放佛经咒语，对冤亲债主是否有益？

Tai师父答：

- 电子念经
- 没用，他们能看见人在想什么， 这边的声音他们听不见。
- 放电子设备后，你在旁边听和跟着念，对他们就有效果。
- 这是吸引你去念的，不是给冤亲债主听的

问：天魔破坏正法，扰乱传法，假冒佛子，会有很大的恶报，这些事情也是编辑菩萨安排的吗？

Tai师父答：

- 天魔干扰
- 天魔干扰还是有果报
- 不是编辑菩萨让他干扰，菩萨正常写命运，这和菩萨没有关系。
- 被干扰的人和天魔也有缘
- 此人没有佛菩萨的保护，属于他的意外。

问：一直念往生咒可以吗？有什么效用？

Tai师父答：念佛消宿业，往生咒也可以。

问：印祖说看一切人都是菩萨，那很多是佛菩萨再来吗？印祖为什么没开示打坐呀？

Tai师父答：印祖说的是心态，不是周围都是佛菩萨。你可以说众生都是佛，但已堕落成凡夫，还没修回佛菩萨程度。修到佛菩萨之后再显化，或带报身，才能说再来。印祖专门推念佛，就不提其他法门。
（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇(笔记版)

问：请教师父，问题一：家里用手机、念佛机，电子设备，每天播放佛经，咒语等，对冤亲债主是否有益？

问题二：天魔干扰，魔子魔孙破坏正法，扰乱传法，假冒佛子等行为，《地藏经》中说了会有很大的恶报，但这些事情，也是编辑菩萨安排的吗？如果是被安排的，又为何还有恶报？
2024-02-24 10:11

Taiguanglin：我在树下：电子设备是没有用的，他们只能看见人在想什么。对这边的声音(他们）听不见。但是放电子设备之后，你在旁边，一边打妄想，但是又听到这个声音，然后你就跟着一起念了，对他们就有效果了。所以这个东西是用来吸引你、引导你去念的，不是给冤亲债主（听）的，要是真的靠什么机器就可以把冤亲债主都给超度了，世界上哪有这么便宜的事！

天魔干扰是天魔（干扰），编辑菩萨写命运是写命运，两个不相干的。就算是编辑菩萨给他写的命运，他出来干扰，他还是有果报的，不是编辑菩萨让他干扰的。编辑菩萨只是按正常的安排写命运而已，这个干扰也可以算是命运的一个环节，但是这个和编辑菩萨没有关系。因为被干扰的人和这个天魔也有缘，也可以这么看。还有为什么他被干扰，因为他没有得到佛菩萨的保护，也是属于他的意外，可以这么看吧。

……

念佛方能消宿业：1、您说念什么咒都可以，一直念往生咒可以吗？往生咒有什么效用？
2024-02-24 19:44

Taiguanglin：念佛方能消宿业，念什么咒都可以，念往生咒也可以。

2、印祖说看一切人都是菩萨，那实际周围的人有很多是佛菩萨再来吗？印祖为什么几乎没有开示过打坐呀？

Taiguanglin：印祖说“一切（人）都是菩萨”，那是说你的心态，并不是说周围所有（人）都是佛菩萨。但是如果你往里抠的话，就可以说所有周围所有人、所有众生都是佛，你也可以这么说的。但是佛菩萨再来就不是了，他们是已经堕落成凡夫的，还没修回到佛菩萨程度。如果再修回到佛菩萨之后再显化，或者再带一

个报身（来），这个时候才能说再来。

他就专注地向外推念佛法门的，所以他就不提其他多余法门。

……

（完整音频请关注微信公众号：TaiGuangLin）

Tai师父答疑篇（笔记版）

答：《僧伽吒经》好像并未提到一个具体的法门，而只是说听闻此经就能获得种种利益，这是为什么？

Taiguanglin：

- 《僧伽吒经》

• 的确只说僧伽吒法很厉害，却不说什么是僧

伽吒法，开始还以为是被人删减了。
• 看佛经如果找不到义理，就看是给谁讲的。
• 药上菩萨，药王菩萨，一是平等对待众生的人，一是不求回报的对众生传法的人。两点都是指的阿罗汉。
• 给阿罗汉讲的肯定是关于阿罗汉九禅的内容。
• 阿罗汉的修法都是由上一级的菩萨或者阿罗汉以心传心、意识重叠的方式，让他体验下一阶段的禅定。

（群内师兄整理仅供参考）

问：如何保证往生，入欲界定就可以吗？还是念佛功夫成片，怎知自己信愿行具足，如果具足可以往生，有必要打坐参禅吗？

Tai师父答：
• 入欲界定也可以，能坐两个小时

• 两个小时念佛功夫成片、一心不乱也够
• 下品下生是有保证的

问：非正常死亡的人，在恐吓中魂飞魄散，没有完整意识，转世是不是就难了？听佛号属于耳根圆通还是净土法门?

Tai师父答：
• 死亡时不会散掉的
• 魂飞魄散是有人干预的结果。
• 耳根圆通也是净土法门。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：妈妈持大悲咒和《金刚经》时刷视频，好这样诵持怎么能灭文字妄想啊？

Tai师父答：没关系，念总比不念好，不要对长辈要求太多，让她起烦燥。念的时间长的话，她慢慢会觉得看别的很累，自己也会放下的。

问：我尽力把脚往大腿根部放，40分钟下座后主要脚脖子疼。

Tai师父答：尽量往上盘。脚脖子疼说明还没有尽量往上。脚尖溜到大腿外，脚脖子就不疼了。

问：降魔坐，脚掌超出大腿，会屁股很痛而下座，不超出大腿太多，时间久一点，但脚脖子

疼痛而下座。 答疑听到应该要屁股大腿疼为主才是正确，第一种才对？

Tai师父答：脚掌出大腿的是正确的，左屁股很疼下座才是正常的。脚踝疼，是脚踝脚背的筋给压着撑开了。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：修行其实就是通过修心来修样子吧？从人模人样，一直修到“没有样子”的空样？

Tai师父答：

- 不修身体
- 只要把修心做到了，外边自然变化，千万不要追求在身体上用功
- 让身体不再给我们制造痛苦的感觉之后，就可以舍弃了，就专注地修心。

• 要是为了让身体怎么样，变得能量强大，往身体上装东西，都是走邪路。

问: 达摩说: 能观心者，究竟解脱；不能观者，究竟沉沦。观心是如何解脱的？

Tai师父答：
•观心
• 就是启用分别心观观察前面的所有执着
• 能观察到每个执着起落的时候，你就可以开始慢慢地把它灭掉。
• 不能观：愤怒情绪一来，愤怒就是你
• 能观：愤怒心起，你就知道你在愤怒，开始了第一步，就可以慢慢灭。
• 一般人是启不起来的

（群内师兄仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：自性回到佛的状态，还是独立的个体吗，这与“无我”之间怎么理解呢？

Tai师父答：

▪ 自性

• 客观上自性是独立的个体
• 只是存在的方式是重叠在一起
• 相不干扰也没有任何秘密

▪ 无我

• 佛没有妄想分别心，沒有”无我”、“我”的想法。

”无我”理解成什么都没有就可以了

• 他起了妄想就会成为菩萨。可能认为是“我”的妄想。

问：《现代因果实录》里说，一个人与三人邪淫，死后意识分成三份，与那三人意识合在一起轮回，有依据吗？

Tai师父答：

▪ 意识分割

• 多人邪淫意识分割是错误的
• 意识分裂是法界中最严重的刑法
• 哪怕杀1亿人，最多也是在地狱里待很久
• 邪淫多：有抱铜柱，淫心起就生孩子的地狱

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇(笔记版)

问：业会有利息叠加吗？必须在几世内偿业？凡夫怎样尽早还前世的业？

Tai师父答：

▪ 业的利息

• 越往后推利息也越大
• 善业恶业都是。
• 没有规则在几世内必须偿还
• 编辑菩萨还是希望凡夫好
• 只要修行，前世的业也会一点点过来的，大部分可以靠持戒忍辱来消的。

• 凡夫的业都是容易解的，忍一下就可以。

问：灭文字妄想靠大量念经，注意力不集中怎么办？

▪ 灭文字妄想
• 注意力不容易集中才要修行
• 凡事都有个过程，慢慢来。

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：念观音菩萨也和念佛一样能去极乐世界？

Tai师父答：都一样，但是还是念佛更好。观音菩萨是一个，阿弥陀佛是36万亿个重叠在一起的。你想着同时念这么多人，想法就变了。

问：密宗是正法吗，为啥要加密？凡夫不能理解双修之类的方法吗？

Tai师父答：

▪ 密宗
• 最早针对破坏佛法的鬼神、魔王眷属，而专门做出来的一种战斗类职业
• 有些咒语手印一结，在鬼神眼中变成佛的形象。

▪ 驱魔师
• 传男不传女，传内不传外，男性出家人才可以学。在家人还有亲人牵挂，鬼神跑去欺负你的家人。
• 八字也够硬，修为已经达到了一定程度

▪ 传入西藏
• 松赞干布娶了尼婆罗尺尊公主，带进来小乘的原始佛法，再娶唐朝的文成公主，把大乘佛法带进去。
• 松赞干布死后。玄奘新译的大乘内容进来
• 几十年后，赤松德赞去把莲花生大士请来。

莲花生大士是正统传承的密宗驱魔师

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：密宗是正法吗，为啥要加密呢？凡夫不能理解类似双修之类的方法吗？

Tai师父答：

▪ 藏密
• 西藏的大乘、小乘、密宗理论都混在一起。
• 密宗一开始也有诸佛同体的说法
• 后来政教合一，把人的作用提高。

▪ 政教合一
• 发号施令的肯定是人，人的作用不断提高
• 人垄断信众与佛的沟通，中间人是最高统治

或宗教领袖也好，由他来解释经典。
• 上师的地位不断提高，诸佛同体理论慢慢模糊掉。
• 李连杰拜了一个密宗上师，教了他一段时间之后，告诉他找另一位更高级的上师得到灌顶，才可以继续教，他等了10年。
• 我们是把信众推向佛菩萨怀里，把引路人的作用不断弱化。

▪ 双修
• 也有理论依据的
• 在淫欲快要灭尽，进入初禅前练的
• 以后录个长篇的音讲

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：如果心里想吃供佛的水果犯了偷盗吗？

Taiguanglin：

▪ 供佛水果

•真的偷了才算偷，论心没有圣人。你心里想了又做了，才有报应

• 佛像前供的隔几天换下来可以吃

• 给鬼施食的是不能

问：小时候打死好多苍蝇蚊子蚂蚁。只需要今生忏悔就行, 要放生功德回向给它们？还是以后要一命偿一命？

Tai师父答：

▪ 杀动物的果报

• 动物和人是平等的生命，但价值不一样。

• 你杀的动物堆起来，和你的体重差不多，有70%，80%，可能引来一次杀身之祸

• 死一回不可怕，动物心理上的恐惧感叠加，反映到你身上才是最可怕的，你可能变得非常胆小，时刻感受痛苦恐惧。

▪ 放生回向（杀业）

• 至少放10倍以上的生命来回向
• 最好直接发愿回来把他们全给度了，你想就可以了。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：弟子持咒打坐时一般按照仪轨观想本尊和上师，与直接观想阿弥陀佛，是不是一样效果？毕竟诸佛同体意识遍布虚空！

Tai师父答：
▪ 观想上师
• 可以每天对父亲的相片磕三个头
• 观想上师作为修行法门属于行邪道，自己的慧根断了一半。你的上师下了地狱，你也会跟着去的。

•带着肉身来的菩萨，也会让你拜佛菩萨，而不是拜自己。
• 往人身上靠的方法都是邪法，最后都会不好
• 你对他产生执念，他去哪里投胎你跟着，断送了自己比他更先成佛的可能性。佛曾经和某人一起修行过，人家比他修为更高，但是他先成佛了。
• 每个人都是平等独立个体，都可以靠自己的因缘修行来成佛。

（群内师兄整理仅供参考）

Tai师父答疑篇（笔记版）

问：请讲讲欲界定或者欲界定之前身体的感觉状态。

Tai师父答：
▪ 欲界定（入静）

• 打坐两个小时身体不疼
• 屁股不疼，呼吸顺畅，脑子不昏沉
• 没有文字妄想，也不起淫欲
• 算是非常清醒的发呆

问：答疑说咒语是自己的想法与背后的佛菩萨感应加持。诵咒时要不起杂念，我们又不明白咒的意思，怎么让佛菩萨感应自己的想法呢？

Tai师父答：佛是本知，只要念这个咒，想着这是哪个菩萨的咒，你想要什么，人家就知道了。

问：顶轮时不时有被水滴到，特别清凉，但摸不到水，这是啥？

Taiguanglin：你打坐时修的什么法门？脑袋顶端开的话会漏气。你还是观想丹田或者思佛，把注意力拉下来。修罗看见顶轮开的人可

以直接冲进去的。这是修行不按照正经方法把注意力放到自己身上。胡乱放到外边，打通了某个窍穴漏气。

（群内师兄整理仅供参考）